Développement d'une application pilote

Nutri-TIC

Flora Massanella

INSTITUT NATIONAL DE LA CONSOMMATION
Établissement public au service des consommateurs et de leurs associations

Principes

Cette seconde phase vise à mettre en pratique les conclusions obtenues lors de la phase A. L'application web Nutri-TIC a donc été développée selon les principes suivants :

- Une application web compatible avec tout type de smartphone.

  objectif : permettre à tout détenteur d'un smartphone d'utiliser l'application.

- Une application orientée vers la famille.

  objectif : volonté de s'affranchir d'une approche individuelle fastidieuse (journal alimentaire).

- Une application à utiliser sur le lieu d'achat, en lien avec le produit.

  objectif : se rapprocher des attentes des consommateurs en terme de praticité.

- Une application visant un équilibre alimentaire par l'encouragement et l'éducation.

  objectif : éviter d'être intrusif et permettre une orientation positive, non chiffrée, déjà interprétée.

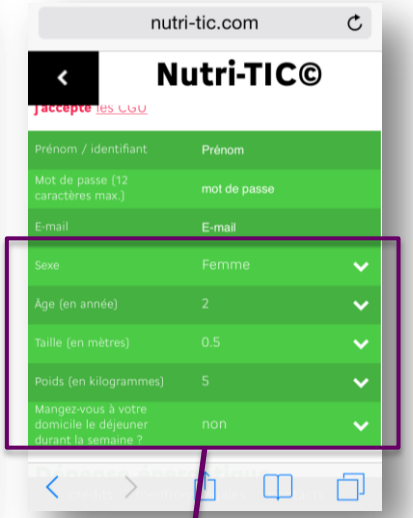
- Une application dont la proportionnalité des données personnelles est respectée et qui informe le consommateur de leurs utilisations.

  objectif : indiquer à l'utilisateur les informations essentielles concernant ses données personnelles.

Accueil et création du compte

nutri-tic.com
Bienvenue
L'application Nutri-TIC a pour objectif de vous orienter dans vos achats alimentaires afin de tendre vers une alimentation équilibrée. Néanmoins, cette application ne se substitue pas à une consultation chez un professionnel de la nutrition. L'intérêt de cette application est optimal si le panier de course que vous allez réaliser correspond à vos achats pour 7 jours, et si l'ensemble des produits est consommé par l'ensemble de votre famille. Pour utiliser Nutri-TIC, nous vous proposons de créer un compte, puis de créer les profils de l'ensemble des membres de votre famille pour lesquels les achats sont destinés, dans la rubrique « Profils &rquo;
Bonne course avec Nutri-TIC !
se connecter
créer un compte
crédits
mentions légales
contacts

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
Informations générales
Ne remplissez ce formulaire que si vous n'avez encore jamais créé de profil pour cette application. Si vous souhaitez ajouter une personne (ou profil) supplémentaire, veuillez vous connecter d'abord, puis rendez-vous dans la section «Profils».
En cliquant sur « créer le compte principal », j'accepte les CGU
Prénom / identifiant
Prénom
Mot de passe (12 caractères max.)
mot de passe
E-mail
E-mail
Sexe
Femme



nutri-tic.com
Nutri-TIC©
Dépense énergétique quotidienne
Veuillez répartir 24 heures parmis les champs suivants
Sommeil, sieste, repos en position allongée
0
Position assise : repos, TV, ordinateur, jeux vidéo, jeux de société, travail de bureau, écriture, couture, transport, repas.
0
Position debout : Toilette, petits déplacements dans la maison, cuisine, travaux ménagers, achats, travail de laboratoire, vente, conduite d'engin.
0

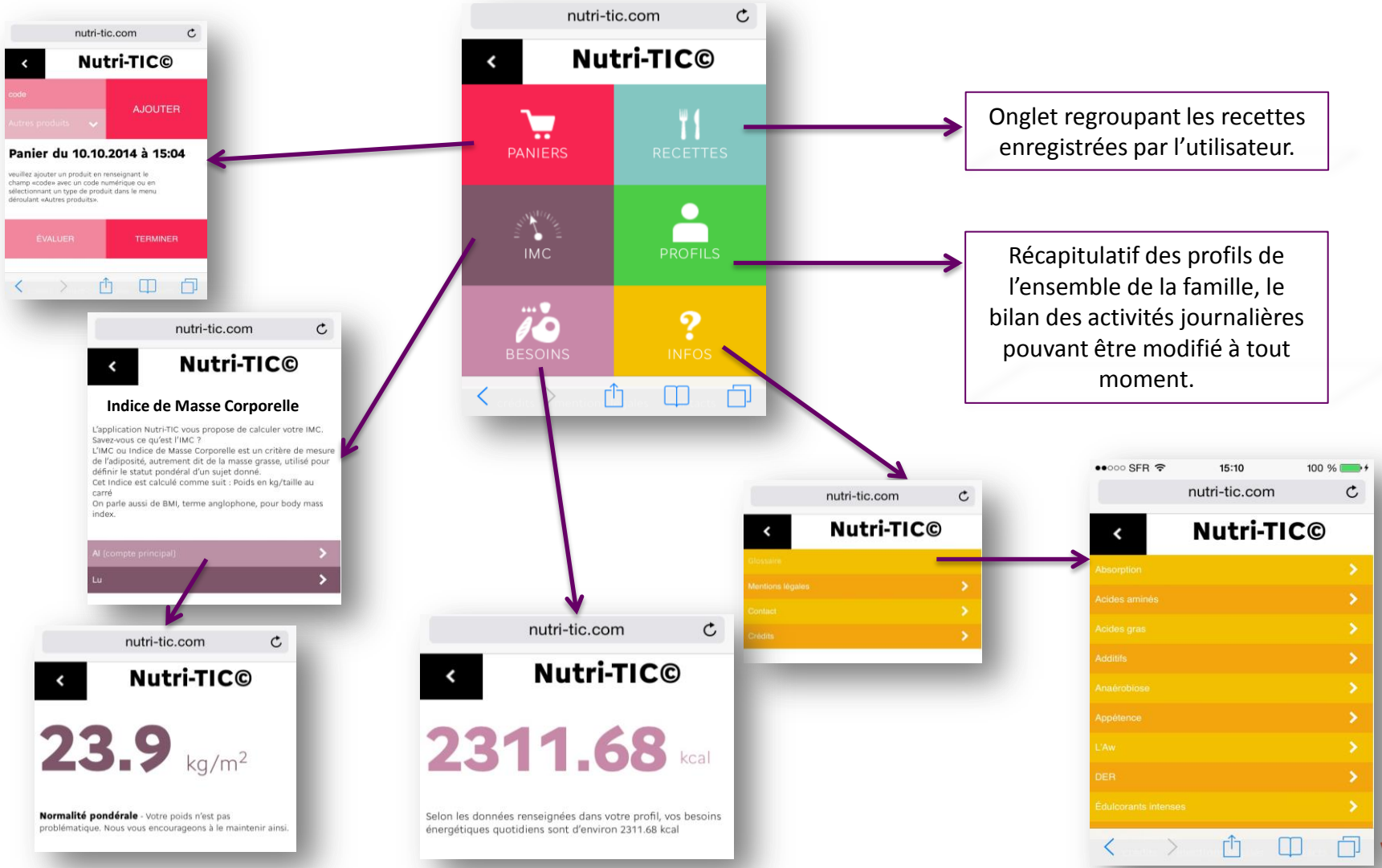
Page d'accueil présentant l'objectif de l'application, la non substitution à la consultation d'un professionnel de la nutrition et les prérequis de l'application.

Lien vers les conditions générales d'utilisation qui regroupent : le mode d'emploi, la politique de gestion des données personnelles, la rubrique contact.

Données personnelles collectées : Sexe, âge, poids, taille, prise du déjeuner au domicile ou non.
Ces données permettent le calcul de l'IMC et des besoins journaliers individuels. Données ayant fait l'objet d'une déclaration à la CNIL.

Données personnelles collectées : Répartition des activités journalières afin de calculer la dépense énergétique totale
Sommeil, position assise, position debout, marche modérée, marche rapide, activité sportive…

La structure de l'application

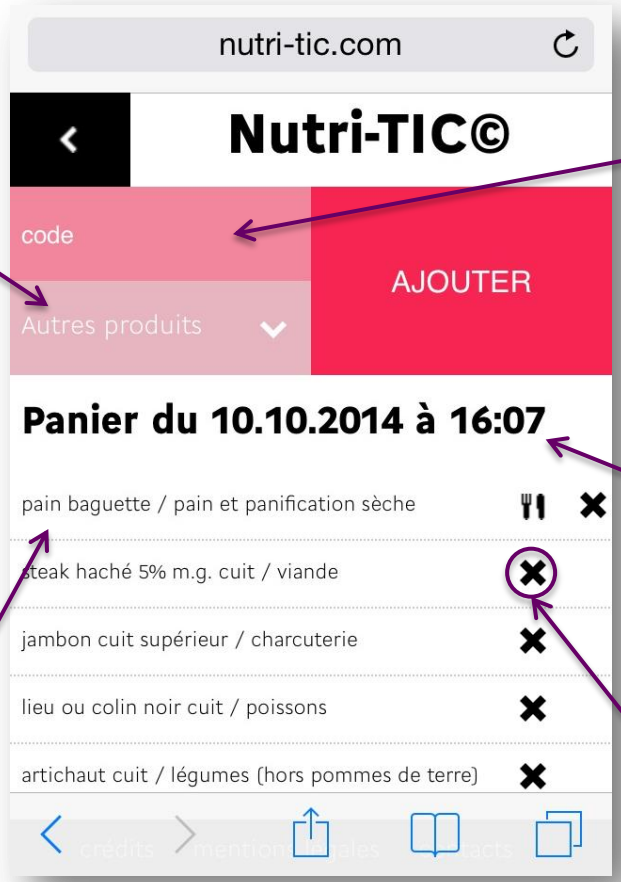

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
code
AJOUTER
Autres produits
Panier du 10.10.2014 à 15:04
veuillez ajouter un produit en renseignant le champ «code» avec un code numérique ou en sélectionnant un type de produit dans le menu déroulant «Autres produits».
ÉVALUER
TERMINER
PANIERS
RECETTES
IMC
PROFILS
BESOINS
INFOS
Indice de Masse Corporelle
L'application Nutri-TIC vous propose de calculer votre IMC.
Savez-vous ce qu'est l'IMC ?
L'IMC ou Indice de Masse Corporelle est un critère de mesure de l'adiposité, autrement dit de la masse grasse, utilisé pour définir le statut pondéral d'un sujet donné.
Cet indice est calculé comme suit : Poids en kg/taille au carré
On parle aussi de BMI, terme anglophone, pour body mass index.
Al (compte principal)
Lu
23.9 kg/m2
Normalité pondérale - Votre poids n'est pas problématique. Nous vous encourageons à le maintenir ainsi.
2311.68 kcal
Selon les données renseignées dans votre profil, vos besoins énergétiques quotidiens sont d'environ 2311.68 kcal
Glossaire
Mentions légales
Contact
Crédits
Absorption
Acides aminés
Acides gras
Additifs
Anaérobiose
Appétence
L'Aw
DER
Édulcorants intenses

Onglet regroupant les recettes enregistrées par l'utilisateur.

Récapitulatif des profils de l'ensemble de la famille, le bilan des activités journalières pouvant être modifié à tout moment.

Le panier

Entrée du produit via une liste déroulante, pour les achats en dehors du magasin dédié.


nutri-tic.com
Nutri-TIC©
code
AJOUTER
Autres produits
Panier du 10.10.2014 à 16:07
pain baguette / pain et panification sèche
steak haché 5% m.g. cuit / viande
jambon cuit supérieur / charcuterie
lieu ou colin noir cuit / poissons
artichaut cuit / légumes (hors pommes de terre)

Entrée du produit via un code numérique. Le code numérique est disponible sur l'étagère du magasin dédié.

Identification du panier → possibilité de le retrouver dans l'historique.

Produit ajouté par l'utilisateur. Produit générique de la table CIQUAL, lien fait avec les produits du magasin dédié.

Possibilité de supprimer un produit pour faire évoluer le panier en temps réel.

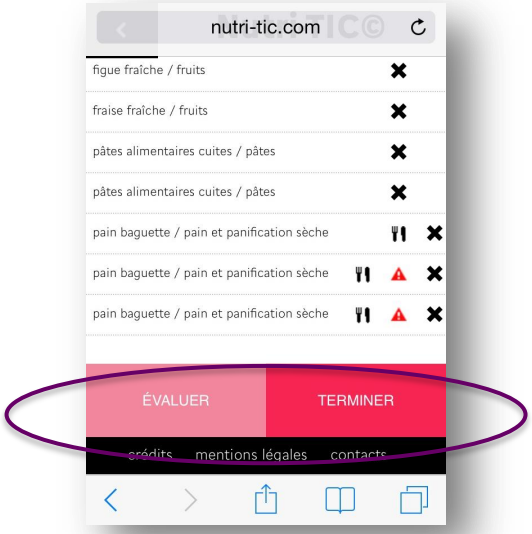
Les recettes

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
code
AJOUTER
Autres produits
Panier du 10.10.2014 à 16:07
pain baguette / pain et panification sèche
steak haché 5% m.g. cuit / viande
jambon cuit supérieur / charcuterie
lieu ou colin noir cuit / poissons
artichaut cuit / légumes (hors pommes de terre)

Lien vers une recette adaptée au produit : objectif : favoriser l'achat de certains aliments via l'illustration.

Les recettes peuvent être enregistrées puis imprimées.

Le bilan



Une évaluation du panier en 3 temps :

I – Vérification de l'apport calorique du panier par rapport aux besoins de la famille.

II – Vérification de la répartition des achats en fonction des catégories d'aliments (viandes, œuf, poissons, fruits, légumes, produits laitiers, féculents, produits sucrés, boissons sucrées…) en fonction des besoins de la famille.

III – Vérification de la qualité des aliments achetés via l'utilisation du classement SAIN/LIM.

Le bilan : *Les besoins énergétiques*

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
Évaluation du panier en cours
l'apport de votre est 4 % moins important que vos besoins. Bravo ! Vos apports énergétiques sont corrects ! Nous vous recommandons de conserver un panier de ce niveau d'apport énergétique.
Bravo ! Votre panier, dans le cadre d'une alimentation variée, permet de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics pour les catégories d'aliments suivants : fromage, féculents
Un petit effort ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être complété pour les catégories d'aliments suivants : yaourt, lait, légumes, viande, œufs, poisson, fruits, matières grasses
Oups ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être allégé pour les catégories d'aliments suivants : pain, céréales
Bravo ! Votre panier contient peu de produits (1 %) dont l'intérêt nutritionnel est moindre, continuez ainsi !
crédits
mentions légales
contacts

I – Les besoins énergétiques de l'ensemble de la famille sont calculés grâce aux données intégrées au profil.

II – En fonction des données de la table CIQUAL et du grammage des produits achetés, l'apport énergétique global du panier est établi.

III – Les besoins et les apports sont comparés. Une graduation du message est appliquée en fonction du pourcentage de différence. Une invitation à compléter ou alléger le panier est formulée si besoin.

Le bilan : *Les catégories d'aliments*

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
Évaluation du panier en cours
l'apport de votre est 4 % moins important que vos besoins. Bravo ! Vos apports énergétiques sont corrects ! Nous vous recommandons de conserver un panier de ce niveau d'apport énergétique.
Bravo ! Votre panier, dans le cadre d'une alimentation variée, permet de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics pour les catégories d'aliments suivants : fromage, féculents
Un petit effort ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être complété pour les catégories d'aliments suivants : yaourt, lait, légumes, viande, œufs, poisson, fruits, matières grasses
Oups ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être allégé pour les catégories d'aliments suivants : pain, céréales
Bravo ! Votre panier contient peu de produits (1 %) dont l'intérêt nutritionnel est moindre, continuez ainsi !
crédits
mentions légales
contacts

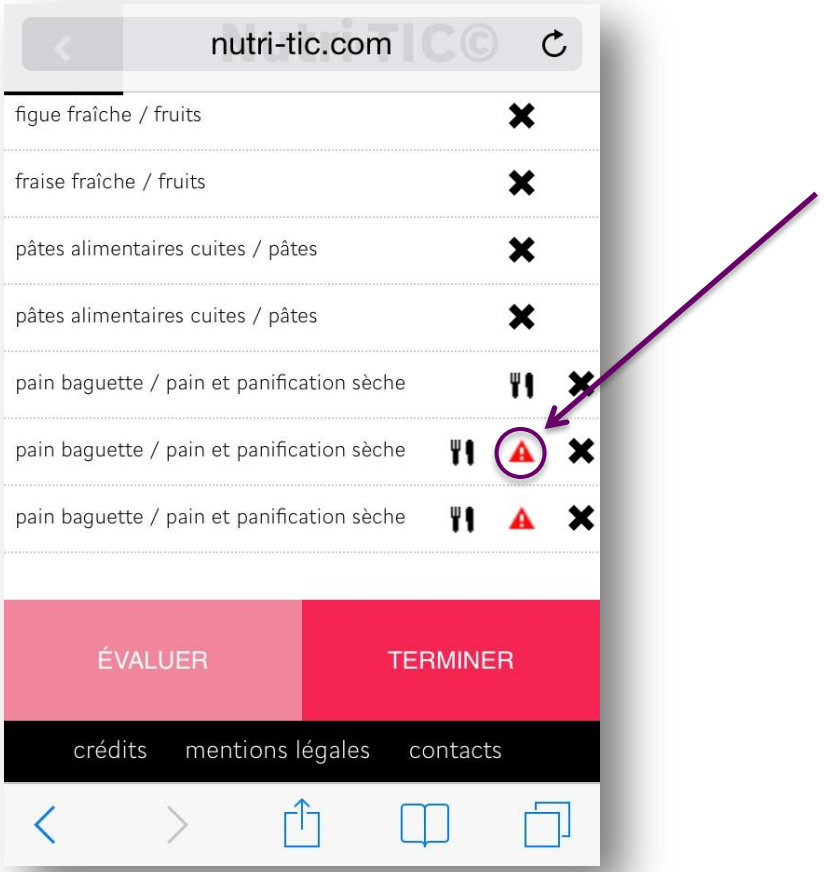
I – Les besoins de la famille sont calculés en fonction des profils enregistrés.

II – Pour chaque aliment, une ou plusieurs catégories sont associées. Lorsque plusieurs catégories sont associées à un produit, une pondération est appliquée.

III – Les besoins et les apports sont comparés. Une graduation du message est appliquée en fonction du pourcentage de différence. Une invitation à compléter ou alléger le panier est formulée si besoin. La catégorie d'aliment concernée est indiquée.

Les alertes

Pour permettre une visibilité en temps réel du dépassement du seuil d'une catégorie, une alerte est indiquée sur la liste de course :



Le bilan : *La qualité nutritionnelle des achats*

La qualité nutritionnelle des produits est estimée grâce au calcul du SAIN et du LIM :

SAIN = aspects favorables de l'aliment

- Score d'Adéquation Individuel aux recommandations Nutritionnelles
- Exprimé pour 100kcal : c'est une densité nutritionnelle (ratio nutriments/énergie)
- Le SAIN mesure le respect moyen des Apports Nutritionnels Conseillés

LIM = aspects défavorables de l'aliment

- Score de composés à LIMiter sur le plan nutritionnel
- Exprimé pour 100g : teneurs en sel, acides gras saturés et sucres ajoutés
- Le LIM mesure l'excès par rapport aux valeurs maximales recommandées

Darmon, M., & Darmon, N. (2008). *L'équilibre nutritionnel: concepts de base et nouveaux indicateurs: le SAIN et le LIM*. Editions Tec & Doc.

Le bilan : *La qualité nutritionnelle des achats*

nutri-tic.com
Nutri-TIC©
Évaluation du panier en cours
l'apport de votre est 4 % moins important que vos besoins. Bravo ! Vos apports énergétiques sont corrects ! Nous vous recommandons de conserver un panier de ce niveau d'apport énergétique.
Bravo ! Votre panier, dans le cadre d'une alimentation variée, permet de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics pour les catégories d'aliments suivants : fromage, féculents
Un petit effort ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être compléte pour les catégories d'aliments suivants : yaourt, lait, légumes, viande, œufs, poisson, fruits, matières grasses
Oups ! Afin de tendre vers les recommandations des pouvoirs publics, votre panier demande à être allégé pour les catégories d'aliments suivants : pain, céréales
Bravo ! Votre panier contient peu de produits (1 %) dont l'intérêt nutritionnel est moindre, continuez ainsi !
crédits
mentions légales
contacts

La proportion de produits ayant un LIM élevé (supérieur à 10) et un SAIN faible (inférieur à 5) est calculée.

Si cette proportion atteint un seuil alerte, un message visant à limiter la présence de ces produits est indiqué dans le bilan.

Le bilan : *La qualité nutritionnelle des achats*

Pour permettre une correction du panier par l'utilisateur, les produits nutritionnellement moins intéressants sont indiqués par une pastille rouge sur la liste de course.

Ce bilan en 3 étapes doit permettre de tendre vers un équilibre du panier hebdomadaire pour l'ensemble de la famille.

La proposition de recettes doit encourager la consommation de certains produits. Les alertes ou pastilles doivent permettre à l'utilisateur d'identifier les défauts de son panier pour à terme les identifier **par lui même**.

Cette application pilote est donc une première approche, **évolutive**, d'un système visant un **équilibre alimentaire global**, incluant une **personnalisation** et une **utilisation sur le lieu d'achat**.

60 millions de consommateurs
INC
INSTITUT NATIONAL DE LA CONSOMMATION
Établissement public au service des consommateurs et de leurs associations